

Verslag Alzheimer Café Tilburg 9 september 2025

Thema: Samen muziek maken

Muziek kan een krachtige rol spelen bij het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen met dementie, door herinneringen op te roepen, emoties te beïnvloeden en sociale interactie te bevorderen.

De avond staat in het teken van Wereld Alzheimer Dag en heeft daarom een feestelijk tintje. De gasten krijgen vanavond gratis koffie en thee met een traktatie, en later een pauzedrankje. Voordat we van start gaan met het onderwerp 'muziek en dementie', leest onze vrijwilliger Gemma Melis een passend gedicht voor. U vindt dit in de bijlage.

Gespreksleider Mia Vugts interviewt vandaag Bart Donkers, muzikagoog bij Korian (voorheen Stepping Stones). Een muzikagoog is gericht op begeleiding en het stimuleren van verandering vanuit een bepaalde hulpvraag. Dit kan zowel individueel als in groepsverband. Een muziektherapeut werkt meer vanuit een diagnose met vervolgens een behandeling die gericht is op genezing/verbetering.

Muziek kan diepe, verborgen herinneringen activeren bij mensen met dementie, omdat deze muziekgebieden zich diep in het brein bevinden en relatief onaangetast blijven door de ziekte dementie. Daardoor kan muziek op een positieve manier gedragsveranderingen veroorzaken. Mensen die niet meer kunnen spreken (afasie) en die zich verbaal dus niet meer goed kunnen uiten, kunnen vaak nog wel een liedje zingen. Het gebruik van persoonlijke, bekende muziek (vooral uit de jeugd) kan gevoelens van identiteit en verbinding stimuleren en communicatie vergemakkelijken.

Ook het bespelen van een instrument is een vaardigheid die nog lang in tact blijft.

Muziek kan worden ingezet bij diverse hulpvragen: bijvoorbeeld om onrust te verminderen, om contact te maken, om in beweging te komen. Muziek heeft invloed op de stemming, op het dag- en nachtritme en op het eet- en drinkgedrag.

Je kunt muziek passief beleven, maar ook actief waarbij de fysieke beweging wordt gestimuleerd. In de praktijk zien we het belang van samen zingen, bewegen en muziek maken. Allerlei spelvormen zijn te koppelen aan muziek: liedjes raden, muziekbingo, muziekquiz, dansen en bewegen op muziek, samen een optreden verzorgen.

Bij dit alles is het van belang dat men met elkaar plezier beleeft; houd de tijdsduur en het volume in de gaten. Kijk naar de reacties die de muziekactiviteit oproept en pas je programma waar nodig aan.

Na de pauze gaat Bart aan de slag met de mensen in de zaal; er wordt gezongen, er worden artiesten geraden, er wordt een beroep gedaan op onze herinneringen.

Aan het einde van de bijeenkomst trakteert Bart zijn publiek op een zelf geschreven en gecomponeerd lied "Zing me terug". We krijgen de primeur en zijn daar met z'n allen even stil van. Het lied is te horen en te zien op <https://youtu.be/tqh3edvqg54?si=Nqagtjt2BQNAEjtZ>

Een welgemeend "Dank je wel" aan het adres van Bart Donkers.

Dinsdag 14 oktober is er weer een Alzheimer Café.
Het thema is dan: veranderende relaties bij dementie.
Uiteraard bent u allen weer van harte welkom!

Op zondag 21 september biedt de Dementievriendelijke Gemeente Tilburg een muziekevenement aan in de Binnentuin van Stadstheater de Boemel, aanvang 11.00 uur. Het programma duurt de hele dag.

Het Kessels Museum heeft in het kader van WAD een workshop ontwikkeld waar mensen met dementie en hun mantelzorger aan deel kunnen nemen; www.kesselsmuseum.nl

Ook elders in de regio Midden-Brabant zijn volop activiteiten in het kader van Wereld Alzheimer Dag. Raadpleeg onze webpagina:
<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/midden-brabant>